



NOÉ ET LES ÉCRANS

Proposition d'activités à destination des élèves de maternelle (MS-GS) et de CP.
Toutes nos activités sont inspirées des textes des programmes de l'Éducation Nationale.
Réalisée par Stéphanie NEEL



TRAVAIL SUR L'ORALITÉ

- Participer à des échanges en restant dans le propos.
 - Pratiquer divers usages de la langue orale : raconter, décrire, évoquer, expliquer, questionner, proposer des solutions, discuter un point de vue.
 - Comprendre des histoires où l'enchaînement des actions peut être rattaché à des expériences connues de la vie quotidienne.
 - Comprendre les émotions, les intentions et les sentiments qui animent les personnages.
 - Établir un lien entre la lecture effectuée et sa propre expérience.
-

Planche 0 :

Lire le titre de l'album et interroger les élèves : *Qu'est-ce que c'est qu'un écran ? En avez-vous chez vous ? Lesquels ? En avez-vous un à vous ? Qui a la télévision dans sa chambre ? Qui a une tablette à lui ? Qui mange devant la télévision ? Pour quel repas ?*

Écrire au tableau ou sur une affiche la liste des écrans auxquels les enfants pensent (tablette, télévision, smartphone, ordinateur, mais aussi cinéma, montre connectée, panneaux lumineux...).

Définir avec eux ce qu'est un « écran ».

Que peut-on faire avec un écran ?

Planche 1 : *Quand la télévision est-elle allumée chez la famille Roquette ?*

Que regardent-ils à la télévision ?

De quels membres est composée cette famille ?

Qu'est-ce que la roquette ?

Planche 2 :

Quel écran Noé a-t-il ? Pour quoi s'en sert-il ? « C'est trop chouette ! ». Qu'en pensez-vous ? N'y a-t-il pas un problème ? Est-ce important de bien dormir ?

Planches 3 et 4 :

Quel problème rencontre Noé ? A-t-il l'air heureux sur les illustrations ?

Planche 5 :

Quel est le problème de Noé à l'école ?

Planche 6 :

Pourquoi Noé n'a-t-il pas trop de copains et ne joue-t-il pas avec les autres enfants à la récréation ?

Planches 7-8 :

À quoi sert l'électricité ? Pourquoi en a-t-on besoin ? Pourquoi est-ce que Noé ne s'inquiète pas au début ? Pourquoi est-il perdu ensuite ? Quelle émotion ressent-il ? Avez-vous déjà été en colère ? Est-ce que c'est une émotion agréable ? Comment se sent-on ? Que ressent-on dans son corps ?

Planches 9-10-11 :

Que font les parents de Noé ? A-t-on le droit d'être en colère ? Que propose ensuite la maman de Noé ? Cela lui plaît-il ? Que font Noé et ses parents toute la soirée ? Noé est-il content ? A-t-il du mal à s'endormir comme d'habitude ? Pourquoi ?

Planches 12-13 :

Que se passe-t-il le lendemain matin ? Noé regarde-t-il tout de suite son dessin animé ? Pourquoi ? Est-ce que Noé est toujours seul ? À votre avis, que va-t-il se passer dans les jours suivants ?

Afficher les illustrations des planches 1-7-12 et demander aux élèves de décrire ces images et de redire ce que faisaient Noé et sa famille au début de l'histoire (situation initiale) ? Quel problème survient ? Et à la fin, que font-ils ?

LES ÉMOTIONS

En motricité / en arts visuels

- Participer à des échanges en restant dans le propos.
 - Comprendre ses émotions et ses sentiments : leur origine et leurs manifestations.
 - Trouver les réponses appropriées aux besoins exprimés.
 - Communiquer avec les autres au travers d'actions à visée expressive ou artistique.
 - Vivre et exprimer des émotions, formuler des choix.
 - Proposer des solutions dans des situations de projet avec son corps.
 - Choisir différents outils, médiums, supports en fonction d'un projet et les utiliser en adaptant son geste.
 - Décrire une image et exprimer son ressenti ou sa compréhension en utilisant un vocabulaire adapté.
-

Demander aux enfants de se souvenir de l'histoire de « Noé et les écrans ». *Quelles émotions Noé ressent-il aux différents moments de l'histoire ?* Reprendre les planches les unes après les autres pour retrouver les émotions des personnages. *Connaissez-vous d'autres émotions ? Que ressentez-vous quand vos parents vous demandent d'arrêter les écrans ?* (Évoquer la frustration).

1^{er} temps : Motricité

Expliquer aux élèves qu'on va maintenant essayer de ressentir dans notre corps chaque émotion et qu'on va essayer de la mimer.

Dans la salle de motricité ou dans la cour, donner des consignes aux enfants :

- *Vous vous souvenez de Noé qui a mal dormi car il a regardé les écrans avant de dormir ? Il a fait des cauchemars. Marchez comme si vous étiez très **fatigués** comme Noé. Vous n'arrivez pas à sortir du lit, vous êtes très fatigués...*
- *Noé a **peur** parfois de ce qu'il voit sur sa tablette. Avancez en faisant comme si vous aviez peur.*
- *Maintenant marchez comme si vous étiez **tristes**.*
- *Rappelez-vous Noé quand il est **en colère** parce qu'il ne peut plus faire de jeux sur sa tablette, ni regarder son dessin animé parce qu'il y a la panne d'électricité. Avancez comme si vous étiez en colère.*
- *Et pour finir, rappelez-vous la fin de l'histoire, Noé est content de raconter à sa maman l'histoire que son papa lui a lu la veille au soir, marchez comme si vous étiez **joyeux**...*
Repérer les mimes de certains enfants et les faire reproduire devant les autres devenus spectateurs.

Proposer aux élèves de réfléchir à l'endroit du corps où l'on ressent l'émotion et en discuter (dans le ventre quand on a peur, dans les points serrés et la mâchoire serrée quand on est en colère... il y a plein de manifestations différentes d'une émotion.). Expliquer qu'il est important de reconnaître une émotion pour identifier quel est son besoin (être rassuré quand on a peur...).

2^e temps : Les émotions dans l'art

Présenter aux enfants quelques tableaux ou sculptures qui peuvent exprimer une émotion (liste non exhaustive ci-dessous, à chercher sur internet). Leur présenter les œuvres les unes après les autres et leur demander ce qu'ils ressentent, quelle émotion est représentée selon eux. Insister sur les couleurs utilisées, les mouvements et les expressions des personnages...

- La peur
 - Edvard Munch, « Le cri », 1893.
 - René Magritte « La lectrice soumise », 1928.
 - Charles Le Brun « L'effroi », 1668.
 - Pablo Picasso, « Guernica », 1937 (-> mais aussi la colère, la tristesse...).

- La tristesse

- Pablo Picasso, « Femme qui pleure », 1937.
- Gustave Courbet, « Le désespéré » (autoportrait), 1841.
- Vincent Van Gogh, « À la porte de l'éternité », 1890.
- Man Ray « Larmes de verre » (photo), 1932.
- Auguste Rodin, « Pleureuse », 1880.

- La joie

- Murakami, « Flower Ball », 2002.
- Roy Lichtenstein « Girl in Mirror », 1964.
- Pierre Bonnard « La petite fille au chien », 1932.

- La colère :

- D. Graham « E . Yaw. O.R », 1816 (gravure).

3^e temps : Arts visuels

Proposer aux enfants 4 séances d'arts visuels au cours desquelles ils devront représenter une émotion (peur, joie, tristesse, colère) avec des moyens différents : peinture, collage, land art ...
Mettre différents matériaux à leur disposition : peinture, feutres, crayons de couleur, craies grasses, papiers de couleur, brins de laine...

4^e temps : Lecture en réseau sur les émotions

- « Parfois je me sens... » d'Anthony Browne, éditions Kaléidoscope (relever tous les traits du visage du singe relatifs à ses émotions : la forme des sourcils, les yeux, la bouche, etc.).
- « Aujourd'hui je suis » de Mies Van Hout, éditions Minedition.
- « Un ange dans ma tête » d'Anja Klauss, éditions Alice Jeunesse.
- « Quelle émotion » de Cécile Gabriel, Mila éditions.
- « Mes premières émotions dans l'art » de Vincent Péghaire, éditions Palette.
- « Sentiments et émotions » de Sophie Bordet-Petillon, éditions Palette.
- « Des larmes aux rires » de Claire d'Harcourt, éditions Le Seuil.
- « Mes tableaux à histoires. Les émotions » de Bernard Villiot, éditions l'Élan vert.
- « Le musée des émotions. 40 chefs-d'œuvre livrent leurs secrets » de Elsa Whyte, éditions La Martinière.
- « Quand je suis triste » de Trace Moroney, éditions Piccolia.
- « Quand je suis en colère » de Trace Moroney, éditions Piccolia.
- « La couleur des émotions » de Anna Llenas, éditions Glénat Jeunesse.
- « Le brumisaPeur » de Auriane de Pierpont, éditions Marmottons.
- « Dans mon petit cœur » de Jo Witek, éditions De La Martinière Jeunesse.
- « Au fil des émotions » de Cristina Nunez Pereira, éditions De La Martinière Jeunesse.
- « Au cœur des émotions » de David Sander et Sophie Schwartz, éditions Le Pommier.
- « Les émotions » de Astrid Dumontet, collection « Mes p'tites questions 6-8 ans », éditions Milan.
- « Mon chagrin à moi » de Mylen Vigneault, éditions Alice Jeunesse.
- « Grosse colère » de Mireille d'Allancé, éditions École des Loisirs.

Une jolie vidéo sur les 4 émotions primaires :

<https://www.facebook.com/MonsieurMindfulness/videos/les-4-%C3%A9motions-primaires-pour-les-nuls/1570980176527307/>

TRAVAIL SUR L'ORALITÉ : débat

- Participer à des échanges en restant dans le propos.
- Reconnaître des comportements favorables à la santé.
- Identifier les risques et les dangers de son environnement immédiat et adopter un comportement adapté.

1^{er} débat : Quels problèmes peuvent provoquer un usage intensif des écrans ?

Demander aux élèves de se remémorer l'histoire de « Noé et les écrans ». Noé a la télévision allumée toute la journée chez lui, il joue aussi sur la tablette dès qu'il se réveille et s'endort avec un dessin animé. Mais quels effets les écrans provoquent-ils sur lui ?

On animera un débat en prenant comme point de départ l'histoire de « Noé et les écrans » et on listera avec les enfants quels sont les problèmes engendrés par les écrans :

- Problèmes pour la santé :

- Sommeil perturbé, problème d'endormissement : les écrans émettent une lumière bleue qui peut perturber la production de mélatonine, l'hormone du sommeil « *Le problème vient de toute cette lumière qui sort de la tablette. Elle empêche son cerveau de fabriquer le sommeil* » (p. 2). Il est possible d'effectuer un travail spécifique sur le sommeil et son importance avec « Mémé ton pyj », contenu pédagogique pour le Cycle 2 (CP, CE1, CE2) gratuit (<https://memetonpyj.fr/>).
- Contenus choquants : sur internet et même à la télévision, nous pouvons être exposés sans le vouloir à des contenus inadaptés pour notre âge ou choquant comme la violence... « *Parfois il fait des cauchemars à cause de certaines images qu'il a vues passer à la télé dans la journée.* » (p. 3).

Mais on pourra évoquer aussi avec les enfants les problèmes suivants non évoqués dans « Noé et les écrans » :

- Manque d'exercice et risque d'obésité : Lorsque nous passons de longues heures devant un écran, nous sommes moins actifs physiquement. Ce manque d'exercice physique régulier peut causer du surpoids, en particulier chez les enfants qui ont besoin de bouger.
 - Problèmes oculaires : Les écrans sollicitent de manière prolongée la vision de près et réduisent le temps passé à regarder des objets éloignés, ce qui peut affecter le développement normal des yeux chez les enfants et les adolescents. On assiste à une augmentation de la myopie chez les enfants ces dernières années.
- Problèmes dans les relations sociales :
- Difficultés de concentration : « *Il a du mal à écouter et à être concentré* » (p. 5).
 - Isolement : lorsque l'on consomme trop d'écrans, on peut s'isoler. « *Et puis, à force d'être dans sa bulle, Noé n'a pas trop de copains. Il est souvent seul à la récré, toujours à imaginer la suite des jeux vidéo auxquels il a joué le matin* » (p. 6).
 - Les bébés et les enfants ont besoin d'interactions sociales soutenues et de qualité pour bien grandir, acquérir le langage...

Après le débat, on demandera aux élèves de dessiner ce que peut provoquer un usage intensif des écrans afin de réaliser une exposition dans l'école. On pourra prendre les enfants en photo en activité si les dessins ne sont pas suffisamment explicites. Les CP pourront écrire quelques phrases avec l'aide de l'enseignant.

2^e débat : Comment peut-on s'occuper en dehors des écrans ?

On demandera d'abord aux enfants de se souvenir de ce que fait Noé dans l'histoire quand arrive la panne d'électricité, puis ce que ses copains racontent le lendemain :

- Faire un puzzle (p. 10).
- Jouer (p. 11).
- Dessiner (p. 11).
- Faire des cabanes (p. 11).
- Lire des histoires (p. 11).
- Discuter (p. 12).
- Colorier (p. 13).
- Jouer au foot avec des copains (p. 13).
- Faire de la trottinette (p. 13).

On pourra s'aider également des activités proposées à l'école : faire du vélo, de la pâte à modeler, du découpage, de la cuisine...

Ensuite on leur posera la question finale de l'histoire « *Et toi, que ferais-tu pendant toute une journée sans électricité ?* ». Recueillir leurs idées puis leur demander de les dessiner.

RÈGLEMENT POUR BIEN UTILISER LES ÉCRANS

- Reconnaître, nommer et identifier la fonction de différents écrits rencontrés dans la vie courante.
 - Suivre la trace écrite des yeux lors d'une relecture par l'adulte d'un message produit lors d'une dictée à l'adulte.
 - Découvrir la fonction de l'écrit.
-

On proposera aux élèves de réfléchir à un règlement pour utiliser les écrans. Définir ce qu'est un règlement : un ensemble de règles (donner l'exemple du Code de la route).

En reprenant ce qui a été vu précédemment sur les dangers des écrans (reprise de l'affiche faite lors de l'activité précédente), on amènera les enfants à énoncer des règles d'utilisation des écrans en leur **posant les questions suivantes** :

- *Comment faire pour ne pas avoir de problème d'endormissement et de sommeil ?*
- *Comment faire pour ne pas avoir de problèmes de concentration à l'école ?*
- *Comment faire pour ne pas s'isoler et n'avoir que peu de copains ?*
- Limiter la durée des activités sur écran (mettre un minuteur pour regarder la télévision ou jouer à un jeu vidéo). Reprendre l'idée de la frustration quand on demande à un enfant d'arrêter son jeu vidéo ou de regarder la télévision et expliquer que les parents sont là pour aider les enfants à réguler le temps qu'ils passent sur les écrans afin de préserver leur bien-être et leur santé.

Lister les règles :

- Supprimer les écrans le matin avant d'aller à l'école (pour pouvoir se concentrer).
- Supprimer les écrans pendant les repas (à table, on peut parler avec sa famille ou ses camarades).
- Supprimer les écrans quand on est avec des amis (on profite d'avoir des amis pour jouer ou discuter avec eux).
- Supprimer les écrans le soir avant de dormir (rappel : problèmes de sommeil engendrés par les écrans).
- Supprimer les écrans dans la chambre (on s'isole et on peut être exposé à des contenus choquants en étant seul).

Illustrer ce règlement par quelques dessins ou photos et on l'affichera dans l'école. On pourra en mettre une reproduction dans le cahier de vie ou de liaison de l'enfant pour informer les familles. On mettra en pendant de ce règlement les dessins ou photos illustrant les activités que l'on peut faire sans écran, activités listées lors de la séance débat « comment peut-on s'occuper sans écran ? ».